

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 21 (1991)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Genève social : vacances actives 1991

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

---

## *On cherche volontaires*

---

La Croix-Rouge genevoise cherche des bénévoles pour ses différentes activités, vu le développement de son secteur volontariat. Afin d'intensifier le recrutement, elle vient d'éditer un dépliant illustré décrivant les diverses activités proposées: actions ponctuelles auprès des malades, visites à des personnes âgées isolées, aide à l'intégration des réfugiés, etc.

*Pour tous renseignements: Mme Christine de Saussure, section genevoise de la Croix-Rouge suisse, Service du volontariat, rue Rodo 4, 1205 Genève, tél. 022/781 37 70.*

---

## *Lettres...*

---

La Faculté des lettres de l'Université de Genève offre un cours public pendant le semestre d'hiver sur la vision de la vieillesse chez les Grecs et les Romains: «Grand âge, nous voici». Ces cours auront lieu les 15, 22 et 29 janvier, 5, 12, 19 et 26 février, ainsi que le 5 mars. Ils auront lieu de 18 h 15 à 19 h, à l'Uni Bastions, 1<sup>er</sup> étage, salle B 101.

Vive les vacances, dit-on, mais elles sont souvent chères et l'on ne connaît pas à l'avance la qualité de l'hébergement et bien d'autres choses qui font que l'on passe effectivement de bonnes vacances. Cependant, on peut en trouver à des prix avantageux, et qui correspondent à vos désirs: vous les trouverez dans le programme «Vacances actives 1991», qui vient de paraître, au Bureau pour les questions du troisième âge de la Fédération des coopératives Migros. Divers programmes et destinations sont réunis dans les 48 pages: un éventail de suggestions et de bons moments pour ceux qui souhaitent partir quelque temps.

---

## *Santé de sport*

---

La santé est un cadeau. Cependant il faut s'en occuper. Le bien-être spirituel et corporel est une condition de base pour une meilleure qualité de vie des personnes âgées. Dans les offres des «Vacances actives 1991», il y a également la possibilité d'entreprendre une cure de santé. Sur la Côte d'Azur, par exemple, on peut choisir entre les offres «Mer et thalassothérapie» (bain d'eau de mer chaude, physiothérapie-relaxation) et «Aquaforme» ou encore le bien-être physique (réflexothérapie plantaire et des mains) et la sophrologie que l'on trouve dans le joli village valaisan des Marécottes. A Yverdon-les-Bains, on peut passer un séjour dans le cadre d'un programme sous le nom de «Santé totale». Un nouveau cours démarre cette année, il s'agit du tennis, à Champéry, dans le val d'Iliez, pour joueurs débutants et avancés.

---

## *Entraînement de la mémoire*

---

A partir d'un certain âge, il est important de conserver une bonne mémoire. Des propositions de vacances aux Marécottes et à Vira, au bord du lac

Majeur, vous donnent la possibilité de participer deux heures par jour au cours d'entraînement de la mémoire.

---

## *Nature, art et artisanat*

---

Wengen, dans l'Oberland bernois, Les Marécottes ou Mousquety, en Provence, sont très pittoresques. Ces localités ne vous invitent pas seulement à des randonnées, mais vous permettent aussi de participer à des travaux artisanaux. Nouveau à Mousquety: un cours d'aquarelle. A Vira, au bord du lac majeur, vous pourrez approcher les secrets de la culture tessinoise.

---

## *Informatique*

---

C'est à Lucerne qu'il vous sera possible de vous familiariser avec l'utilisation d'un ordinateur personnel. Une occasion rêvée pour approcher un domaine souvent méconnu: l'informatique.

---

## *Langues*

---

Un cours de trois semaines à Florence (Italie) ou Bournemouth (Angleterre) permet de rafraîchir vos connaissances linguistiques et permettent également d'aborder le monde culturel de ces pays.

La brochure «Vacances actives 1991» peut être obtenue au Bureau pour les questions du 3<sup>e</sup> âge de la Fédération des coopératives Migros, case postale 266, 8031 Zurich. Tél. 01/277 21 73. Renseignements auprès de M. Jean Chable, ch. de Beau-Rivage 15, 1006 Lausanne, tél. 021/617 41 94.